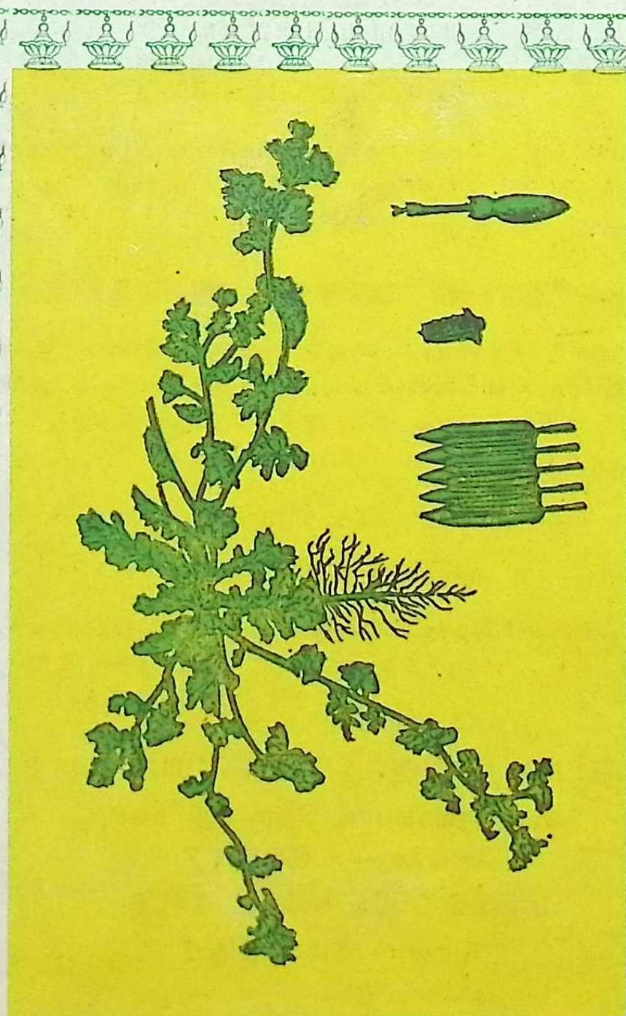
மூலிகை மணி

மலர் 14] காளயுக்தி ஸ்ரீ ஐப்பசி-அக்டோபர் '78 [இதழ் 12

ஆசிரியர் : டாக்டர் ஏ. ஆர். கண்ணப்பர், R.M.P.

விலை 75 காசு



222-வது மூலிகை!

மாசிப்பத்திரி (ARTEMISIA VULGARIS)

உ

முருகா



எழுந்தருள்வாய்!

பல்லவி

தீராத நோயெல்லாம் தீர்த்துவைப் பாயே
தென்பழநி மாமலையில் வீற்றிருக்கும் சேயே
ஆராத புண்களை ஆற்றுவிப் பாயே
அருணகிரி மாமலையான் மகனான நீயே! (தீராத)

அநுபல்லவி

வாராத தொன்றில்லை நீவந்து விட்டால்
வையத்தில் துணையேது நின்தொடர்பை விட்டால்
பாராள லாம்உனது சித்திகள் எட்டால்
பவமேது சவமேது நீயாகி விட்டால்! (தீராத)

கண்ணிகள்

ஆண்டியாய் அரசனாய் ஆனவன் நீயே
அப்பனுக் கேகுரு வானவன் நீயே
வேண்டியே அணைப்பவள் உமையான தாயே
வள்ளிதே வானைக்கு மணவாளன் நீயே. (தீராத)

ஆறுபடை வீடுகளும் ஓடிவிளை யாடி
அரகரா சிவசிவா கோவிந்தா பாடி
ஏறுமயில் ஏறிவிளை யாடுமுனை நாடி
எவர்வரினும் அன்பருளம் எழுந்தருள்வாய் கூடி! (தீராத)

—க. அ. பிரகாசம், கொடுமுடி.

மூலிகை வளமே! உ நாட்டு வளம்!

'மூலிகை மணி'

[தமிழ் மருத்துவத் திங்கள் இதழ்]

ஆசிரியரும் வெளியிடுபவரும்

தினமணி புகழ்

வேலூர் மருத்துவர், ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P.

ஆண்டுச் சந்தா ரூ. 9-00 தனி இதழ் 0-75 காசு

மூவாண்டுச் சந்தா ரூ. 27-00 ஆயுள் சந்தா ரூ. 251-00

ஐப்பசி இதழில்

முக்கிய கவனிப்பு

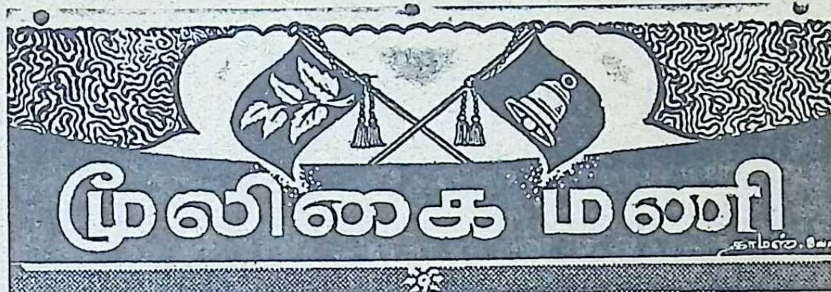
மூலிகை மணி ஆசிரியர் இல்லத்திற்கு இம்மாதம் முதல் தொலைபேசி இணைப்பு கிடைத்துள்ளது. வாசகர்கள், மருத்துவ ஆலோசனை பெற விழைவோர் கீழ்க்கண்ட எண்ணுடன் தொடர்பு கொண்டு ஆசிரியருடன் பேசலாம். நேரில் சந்திக்க வரும் அன்பர்கள், வெளியூர் அன்பர்கள், வருவதற்கு முன் தொலைபேசி எண்மூலம் விவரம் தெரிந்து பின் வரவும்.

தொலைபேசி எண்,

442947

உ
முருகா

ஐந்துகரத்தனை யானை முகத்தனை
இந்தினிளம்பிறை போலு மெயிற்றனை
நந்திமகன்தனை ஞானக் கொழுந்தனை
புந்தியில்வைத்தடி போற்று கின்றேனே.



எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன்றறியேன் பராபரமே.
—தாயுமானவர்.

மலர் 14] காளயுக்திஸு ஐப்பசிமீ அக்டோபர் '78 [இதழ் 12

நன்றியும் - வேண்டுதலும்

இந்த இதழுடன் 'மூலிகை மணி' 14வது ஆண்டினை முடித்து அடுத்த இதழ் முதல் 15 ஆண்டு பணியில் அடியெடுத்து வைக்கின்றது. பதினான்கு ஆண்டுகளாக, மூலிகைகளுக்காக ஒரு மாத இதழினை இடைவிடாது நடத்தி வருவது என்பது 'இமாலயச் சாதனை' என்பதை, பெருமைக்காகக் கூற வில்லை. அனுபவ உண்மையாகக் கூறலாம். அவ்வளவு இடர்ப்பாடுகள்!

தணிகை முருகப்பெருமானின் திருவருளாலும், தளராது ஆதரவு அளித்துவரும், சந்தா அன்பர்கள், வாசகர்கள், ஏஜண்டுகள், மற்றும் நூலக ஆணையாளர்களின் பெருத்த ஆதரவினுல், 'மூலிகை மணி' இடர்ப் பாடுகளை-இடிபாடுகளைக் கடந்து வெற்றிகரமாக, பொலிவாக வெளி வந்துகொண்டிருக்கின்றது. அனைத்துக்கும் மேலாக மூலிகைகளைப் பற்றிய உண்மைகளை மறைக்காமல், ஏட்டிலும்,நெஞ்சத்திலும் எழுதிவைத்துப்பின் வரும் சந்ததிக்குப் பரிசாக அளித்துதவிய, சித்தர்கள், பரம்பரைச் சித்த மருத்துவர்கள் ஆகியோர் பணி நன்றி பாராட்டத் தக்கது.

'மூலிகை வளமே நாட்டுவளம்' எனும் நமது முழக்கம், நாளும் வெற்றிபெற்று வருவதை வானொலி, நாளிதழ், வார, மாதப் பத்திரிக்கைகளில் வரும் மூலிகை விளம்பரங்கள், பற்பசை முதல் முகப்பூச்சு, சோப், ஷாம்பூ, டானிக், மாத்திரைகள் அனைத்திலும் இடம்பெறும் மூலிகைகள் பற்றிய செய்திகள் முதலிடம் பெறுவதிலிருந்து உணரலாம்.

இந்த நிலை அடைவதற்கு, 'மூலிகை மணி' கடந்த 14 ஆண்டுகளாக, மக்களிடையே ஏற்படுத்திவரும் 'மூலிகைப் புரட்சி' ஒரு காரணமாகும்.

இப்பணி மென்மேலும் பரவி 'உலக அரங்கில் மூலிகை வளம்' பெருக, 'மூலிகை மணி' பல முயற்சிகளை நடத்திட திட்டமிட்டுள்ளது.

அதற்கு முதற்படியாக, அச்சகத்தினை சீர்திருத்தும் பணியில் கடந்த மூன்று மாத காலமாக ஈடுபட்டு, தற்போது புதிய அச்சு யந்திரங்கள், புதிய-போதிய எழுத்துக்களைக் கொண்டு புத்துயிர் பெற்றுவருகிறது.

சனவரித் திங்கள் முதல், பொலிவுற்ற புதிய 'மூலிகை மணி அச்சகத்தில்' அழகிய முறையில் அச்சாகி உரிய நேரத்தில் வெளிவரும். அச்சகத் திருத்தம் காரணமாக, புதிய யந்திரங்களை நிர்மாணிக்கும் பணியினுலேயே, கடந்த மூன்று மாத இதழ்கள் தாமதித்து வருகின்றன. இனி அவ்விதம் தாமதம் ஏற்பட வழியில்லை.

அடுத்து இவ்வாண்டு இறுதிக்குள் மூலிகைகளின் புகழினை உலக அரங்கில் நிலைநாட்ட புதிய காலாண்டு ஆங்கில இதழ் ஒன்று வெளிவர முயற்சிகள் நடந்து வருகின்றன.

பொங்கல் பரிசாக - புத்தாண்டு நினைவாக, (காலண்டருக்குப் பதிலாக) ஆசிரியர் கண்ணப்பர் அண்மையில் எழுதியுள்ள,

'காய்கறிகளின் பயன்'

எனும் பயனுள்ள நூல் 'சந்தா சேரும் அன்பர்கட்கு மட்டும், இலவசமாக அடுத்த இதழுடன்' அளிக்கப்படும்.

அத்துடன், 'மூலிகைக் கண்காட்சி, கருத்தரங்கு' ஒன்றினை இவ்வாண்டு சென்னையில் பெரிய அளவில் நவீன முறையில் நடத்த திட்டமிட்டுள்ளோம்.

அடுத்த இதழ், 15வது ஆண்டு மலராக புதிய கட்டுரைத் தொடருடன் வெளிவருகிறது.

திரு. க. வேங்கடேசன் அவர்கள் 'நவீன ஆய்வில் மூலிகைகள்' எனும் தொடர் கட்டுரை எழுதி உள்ளார்.

டாக்டர் மாணிக்கவாசகம் அவர்கள் அண்மையில் மறைந்த ,பூண்டிச் சாமியார்' பற்றி அனுபவ ஆய்வுக் கட்டுரை எழுதுகின்ருர்.

ஆசிரியர் கண்ணப்பர் அவர்கள் 'ஹோமியோபதி மருத்துவத்தில் மூலிகைகள்' எனும் புதிய கட்டுரைத் தொடரினைத் தொடங்குகின்ருர்.

திருமதி ருக்மணி வேங்கடேசன் அவர்கள், 'அயல்நாட்டு மூலிகைகள் எனும் மொழிபெயர்ப்பு கட்டுரை எழுதுகின்ருர்.

ஆசிரியரின் மூத்த மகள் திருமதி வசந்தா சகஜானந்தன் அவர்கள் 'சித்த மருந்துகள் செய்முறை' எனும் கட்டுரைத் தொடரை தொடங்குகின்ருர்.

ஆமாம்! இவ்வளவு அரிய செய்திகளை வருகின்ற இதழ்' முதல் தாங்கி வர இருக்கும் மூலிகை மணிக்கு நீங்கள் என்ன செய்யப் போகின்றீர்கள்!

ஓராண்டு சந்தா (ரூ. 9)
மூவாண்டு சந்தா (ரூ. 27)
ஆயுள் சந்தா (ரூ. 251)

என்று 'சந்தா'வை வாரி வழங்குங்கள். ஏற்கனவே சந்தா சேர்ந்த அன்பர்கள், தன் பங்குக்குக் குறைந்த பட்சம் மூன்று புதிய சந்தா அன்பர்களைச் சேர்த்துக் கொடுங்கள்.

மூலிகை மணி உங்கள் பத்திரிகை அதன்

∴ வாழ்வு
∴ வளர்ச்சி
∴ வெற்றி

உங்கள் திருக்கரங்களில் உள்ளது. சந்தா சேர்ந்தும், புதிய சந்தா அன்பர்களைச் சேர்த்தும், மறைந்திருக்கும் மூலிகை

களின் மாண்பினை, 'மூலிகை மணி' மூலம் ஒலிக்க—உங்கள் ஆதரவுக் கரங்களை நீட்டுங்கள்.

உங்கள் ஆதரவான கரங்களைப் பற்றி 'மூலிகை மணி' உலகெங்கும் மூலிகை புகழ் பரப்ப காத்திருக்கின்றது.

கடந்த 14 ஆண்டுகளாக தொடர்ந்து ஆதரவு நல்கிவரும்

சந்தா அன்பர்கள்,
வாசகர்கள்,
மற்றும் பல
நூலக ஆணையாளர்கள்,
(வடாற்காடு, கோவை, சேலம், தஞ்சை)
கல்லூரி முதல்வர்கள்,
மாணவர்கள்,
மகளிர்—ஆகியோர்க்கும்
ஏஜெண்டுகட்கும்,
கட்டுரையாளர்கட்கும்

எமது இதயங்கனிந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக்கொண்டு, சந்தாவைப் புதுப்பித்தும், புதிய சந்தா அன்பர்களைச் சேர்த்தும் நல் ஆதரவு நல்க வேண்டுகிறோம்.

மூலிகை வளமே!

நாட்டு வளம்!!

கண்ணதாசன் கூறும்
'சுப்ரீம் டாக்டர்'

இந்து மதத்தின் பக்தி தத்துவத்தில் மருத்துவமும் கலந்திருக்கிறது. நிவேதனப் பொருள்களை மட்டுமே சாப்பிட்டு ஒருவன் வாழத் தொடங்கினால், தெய்வம் வாழும் காலம் வரை அவனும் வாழுவான். நாட்டில் எவ்வளவோ மூலிகைகள் இருக்கின்றன; ஆனால் துளசி தலத்துக்கென்ன அவ்வளவு மரியாதை? அதை ஏன் வீட்டிலேயே பூஜிக்கிறார்கள், கோவிலிலே கொடுக்கிறார்கள்? அது பல நோய்களைக் கண்டிக்கிறது. அண்மையில் ஒரு பத்திரிகையில் துளசியின் மகிமை பற்றி ஒரு கட்டுரை வந்தது அது ஒரு 'சர்வரோக நிவாரணி' என்று, அந்தக் கட்டுரை குறிப்பிட்டது. மாரியம்மனை வணங்கும்போது, வேப்பிலை ஏன் பிரதானமாகிறது? அது மற்றொரு நிவாரணி.

'அலர்ஜி' என்றொரு வார்த்தை ஆங்கிலத்தில் உண்டு. 'சிலருக்கு வாசனை அலர்ஜி; சிலருக்கு காய்கறி அலர்ஜி' என்று பலவகை அலர்ஜிகள் உண்டு. சோவிலுக்குள் எந்த வாசனை வந்தாலும் அலர்ஜி கிடையாதே, ஏன்? 'அந்த நோயாளிக்கு இவர் விபூதி கொடுத்தார், நோய் தீர்ந்துவிட்டது' என்கிறோம். அது சாமியாரின் மகத்துவமல்ல; விபூதியின் மகத்துவம்.

நோய் வரக் கூடாது. வந்தபின் என்ன செய்யவேண்டும் என்பது டாக்டர்கள் சொல்ல வேண்டியது. வராமல் இருக்க என்ன செய்ய வேண்டியது. முதலில், நடக்கப் பழகுங்கள். திருமலைக்குப் போனாலும் சரி, பழனிக்குப் போனாலும் சரி; நடந்தே மலைமீது ஏறுங்கள். "கார் போகுமா?, விஞ்ச் கிடைக்குமா?" என்று கேள்வி கேட்காதீர்கள். நடக்க இயலாதவர்கள் அவற்றிலே போகட்டும். நடக்கக் கூடியவர்கள் நடந்து செல்லுங்கள். ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாக்க நமக்கு கிடைத்த 'சுப்ரீம் டாக்டர்' ஆண்டவனே.

இளைஞர்கள் எல்லாம் கோவில்களில் அங்கப் பிரதட்சணம் செய்ய வேண்டும். அதை விடவா ஒரு உடற்பயிற்சி யோகாசனம் உண்டு; காவடி எடுத்து ஆடுகிறார்களே, ஏன்? அவர்களுக்கு பரதநாட்டியம் தெரியாது; உடம்பின் சகல அங்கங்களும் வளைவதில் ஒரு ஆரோக்கியம். உடம்பையும் ஆன்மாவையும் ஒருசேரக் கவனிக்கும் மதம், இந்து மதம். அது நீராடச் சொல்வது, உடம்பைக் காக்க, தெய்வத்தை

நம்பச் சொல்வது, ஆன்மாவைக் காக்க. ஆன்மாவுக்குள்ளே, ஆண்டவன் சுடர்விட்டுப் பிரகாசிக்கிருன். இருபது வயதில் இருந்தே ஒருவனுக்கு கோவிலுக்கு செல்லும் பழக்கம் வந்துவிட்டால், அவன் ஆஸ்பத்திரிக்கு செல்ல வேண்டிய அவசியமிருக்காது.

பணக்காரன் உடம்பு நாளுக்கு நாள் பலவீனமடைகிறது. பரதேசியின் உடம்போ, எப்போதும் பாதுகாக்கப்படுகிறது பல வீட்டுச் சோறு செய்கிற வேலையைத் திட்டமிட்ட சாப்பாடு செய்ய முடிவதில்லை. காரணம் என்ன? பரதேசியின் உடம்பு, நடக்கிறது; ஆன்மா, ஆண்டவனை நினைக்கிறது. பணக்காரன் உட்கார்ந்து உட்கார்ந்து கணக்கு எழுதுகிருன். ஒப்புக்காக கோவிலுக்குப் போகிருன். மொத்தத்தில் நம்மிடமுள்ளது இரண்டே விஷயங்கள்தாம். ஒன்று தேகம், இன்னொன்று ஆன்மா, வடமொழியில், 'புருஷன்' என்ருல் ஆன்மா நீ உன் மனைவிக்கு மட்டும் புருஷனல்ல; உன் தேகத்துக்கும் புருஷன். தேகம் என்ற மனைவியையும், ஆன்மா என்ற புருஷனையும் ரோகம் இல்லாமல் காப்பாற்றுவது இந்து மதம் ஒன்றே.

நன்றி: கண்ணதாசனின்
அர்த்தமுள்ள இந்துமதம்
(8-ம் பாகம்)

நம் நாட்டு மூலிகைகள்

மாசிப்பத்திரி

(ARTEMISIA VULGARIS)

222-வது மூலிகை

நாடு கொடுத்த செல்வங்களில் மூலிகைகள் முதன்மையான தாகும். மனித முயற்சியின்றி—உதவியின்றி தானே தோன்றி— மனித னுக்குத் தோன்றும் நோய்களைப் போக்கும் பல்வேறு மூலிகைச் செல் வங்களை அளிக்கும் காடுகளை தொன்று தொட்டே நம் நாட்டு மக்கள் போற்றி வந்தனர். ஆனல் நகரங்கள் பெருகப் பெருக, காடுகளின் முக்கியத்துவம் குன்றி, பல மூலிகைகள் அழிந்தே போயின. காடுகளை யும், காட்டுச் செல்வங்களான பல மூலிகைகளையும், ஆங்கிலேயர் போற்றிய அளவுக்குக்கூட நாம் போற்றவில்லை. காடுகளை வளர்த்து அதன் செல்வங்களான மூலிகைகளை வளர்க்கும் பணியை இனிமேலா வது மேற்கொள்ள வேண்டும் என்று தமிழக அமைச்சர் திரு. R. M. வீரப்பன் அவர்கள் அண்மையில் பேசியிருப்பது வரவேற்கத்தக்கதே. ஒதுக்கப்பட்ட துறையாகிய 'மூலிகை ஆராய்ச்சித் துறையை' தற்போ தைய அரசு ஊக்கமுடன் வளர்க்க திட்டமிட வேண்டும்.

காடு கொடுத்த மூலிகைகளில், மாசிப் பத்திரியும் ஒன்ருகும். இந்தியக் காடுகளிலும், ஆற்றங்கரைகள், பாழ் நிலம், அறுவடையான விளைநிலம் ஆகிய இடங்களில் தன்னிச்சையாகவே வளரக் கூடிய பூண்டினம் 'மாசிப்பத்திரி' ஆகும். நாட்டு மருந்து கடைகளில் மிகச் சாதாரணமாகக் கிடைக்கக் கூடியது.

'கொட்டைக் கரந்தை' எனும் பூண்டினத்தைச் சார்ந்த மாசிப் பத்திரி, 'கிராஞ்சியா மதராஸ் பட்னு' என்றும் அழைக்கப்படுகிறது இதில் சீமை மாசிபத்திரி, நாட்டு மாசிப்பத்திரி எனும் இருவகையுண்டு. இரண்டுக்கும் மருத்துவ குணம், செய்கை பொதுவானதே. நாட்டு இனமாகிய மாசிப்பத்திரிதான் நம் ஊர்க் கடைகளில் கிடைக்கக் கூடியதாகும்.

தரையில் படர்ந்து வளரும் சிறு செடி; கிளைகள் படர்ந்து ½ முதல் ¾ அடி நீளமிருக்கும். சுணை மயிர்கள் அடர்ந்து வளர்ந்திருக்கும். நரம் பிலிருந்து தனி இலைகளாகக் காணப்படும். சிறகுபோல் இலைகள் காட்சி தரும். எதிரும் புதிருமாக அமைந்திருக்கும். மஞ்சள் நிறமான சிறிய பூக்களாகப் பூக்கும். பூக்கள் அடர்த்தியாக இருக்கும். மிகுந்த நறுமண முள்ள செடி.

பொதுவாக 'மாசிப்பத்திரி' சம சீதோஷ்ணத்தை உடலுக்கு அளிக்கும். உஷ்ணவாய்வினைக் கண்டிக்கும். பசியை உண்டாக்கும் உடலுக்கு உரமும்; வியர்வையை வெளியேற்றி இரத்தத்தைத் தூய்மைப் படுத்தும் மணமும் உண்டு. துவர்ப்புச் சுவை உடலில் உண்டாக்கும். குறிப்பாகச் சூதகநோய்கள், புண்கள், சந்நிக் காய்ச் சல், கீல்வாதம் நீண்ட நாள் தலைவலி ஆகியவற்றைக்கண்டிக்கும்.

மருத்துவப் பயன்

நரம்புக் கோளாறுகட்கு

சீமை இனத்தைச் சார்ந்த மாசிப்பத்திரியின் இலைகள், பூக்கள், நரம்பைப் பற்றி வரும் இசிவு நோய்கள், கால் கை வலிப்பு நோய்களைத் தணிவிக்கப் பயனுகின்றன. நாக்குப் பூச்சி போன்ற குடலில் சேரும் புழுக்களை அகற்றும். வயதானவர்கட்கும், குழந்தை கட்கும் அடிக்கடி ஏற்படும் கப நோய்களைப் போக்கும். இலைச்சாறு காது வலியைப் போக்குவதாகக் கூறப்படுகிறது.

புண்கள் ஆறிட

நாட்டு மாசிபத்திரியாகிய, கடைகளில் கிடைக்கக்கூடியமாசிபத்திரி இலையை 100 கிராம் வாங்கி வந்து நன்ருக உலர்த்திப் பொடி செய்து அதனைப் புண்கள், புரைகள் மீது தூவி வர, அவை விரைவில் ஆறும்.

சூதக நோய்களுக்கு

சூதகக் கோளாறுகளான, சூதக சன்னி, சூதகவயிற்றுவலி, குன்மம் போன்றவற்றிற்கும் அடி வயிற்றுப் பகுதி வலிகளுக்கும், மாசி பத்திரி இலைச்சாறு ½ அவுன்ஸ், இஞ்சிச்சாறு ½ அவுன்ஸ், இரண்டையும் 1 அவுன்ஸ் நீர் சேர்த்து சூடு செய்து அதில் 1 டீஸ்பூன் தேன் கலந்து காலை, மாலை இருவேளை பருகிவர, 10 நாட்களில் நோய் தணியும்.

கீல் வாத வலிகள் தணிய

மூட்டுக்களில் எக்காரணத்தாலோ தோன்றும் வலி, வீக்கம் ஆகிய வற்றிற்கு மாசிப் பத்திரியின் இலைகளை ஆமணக் கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி ஒற்றடமிட அவை தணியும். உத்தாமணி போல் இதுவும் அவற்றை தணிவிக்கும்

உடல் அழகு பெற

முகம், அழகும் பொலிவும் பெற, வாரம் இருமுறை மாசிப்பத்திரி இலைச்சாறு 1 தேக்கரண்டியும் தேன் 1 தேக்கரண்டியும் எடுத்துக் கலந்து அதில் கோரோசனை கடுகளவு கலந்து குடித்துவர, அழகும் உடல் உரமும் பெறும். கோழை சேராது. சிறுவர்கட்கு இவ்வாறே இரவில் இரண்டு நாட்கள் கொடுத்துவர, நாக்குப் பூச்சிகள், கீரைப் பூச்சிகள் மலத்துடன் வெளியேறும்.

தீராத தலைவலி

தீராத தலைவலி, ஒற்றைத் தலைவலி கட்கு இச்செடியை அப்படியே பிடுங்கி வந்து, காடி நீரில் ஊறவைத்துப் பின் அரைத்து பற்று போட்டு ஒற்றடம் போடவும் 10 நாட்களில் அவை தணியும்.

காது நோய்க்கு

100 கிராம் தேங்காயெண்ணெயில் மாசிபத்திரி, பூண்டு ஆகியன 5 கிராம் அளவு போட்டுக் காய்ச்சி காலை, மாலை இருவேளை 5 சொட்டு விட்டுவர காது வலி, ரணம், சீழ் படுதல், குத்தல் ஆகியன விலகும்.

இவ்வளவு அரிய மருத்துவப் பயன்களை அள்ளித்தரும் மாசிப் பத்திரி ஒவ்வொருவர் இல்லத்திலும் இருந்தால் அது First Aid போல் ஆபத்துக்குதவும் அல்லவா? 'மாசிப் பத்திரி' காடு கொடுத்த மருந்து என்பதை எண்ணி அதனை வீட்டில் போற்றி வைத்தால் 'ஆபத்துக்குப் பயன்படுத்தி நலன் பெறலாம்!

⁂ ⁂ ⁂

நோயும் மருந்தும்

வாசகர்கள் கேள்வியும்—ஆசிரியர் பதிலும்

[வாசகர்கள் கேட்கும் நோய் தொடர்பான வினுக்களுக்கு ஆசிரியர் கண்ணப்பர் எளிய மூலிகை சிகிட்சை முறைகளைக் கூறுகின்ருர். ஏற்கனவே வெளிவந்த 'கேள்வி—பதில்கள்' தொகுக்கப்பட்டு 'நோயும்-மருந்தும்' எனும் தலைப்பில் புத்தக மாக வெளியிடப்பட்டுள்ளது 300க்கும் அதிகமான நோய் களுக்கு எளிமையான-விளக்கமான பதில்கள் இந்நூலில் இருப் பதை அறியலாம். பலரும் படித்துப் பயன் பெற்று வருகின் றனர். இந்நூல் வீட்டிலிருந்தால், டாக்டர் ஒருவர் வீட்டிலிருப் பதற்குச் சமம். ரூ. 8/- மட்டும் M.O. மூலம் "மூலிகை மணி' 19, அருளாம்பாள் தெரு, தி. நகர், சென்னை-17'' எனும் முகவரிக்கு M. O. அனுப்புங்கள். உடன் எமது செலவில் புத்தகங்களை அனுப்புகிருேம்.]

கேள்வி: என் இடது காது சரியாக கேட்காமல். மந்தமாக உள் ளது. இந்த காது மந்தமாக உள்ளதை நீக்க எளிய வழி என்ன?

பதில்: 'தூதுவளை' எனும் மூலிகையின் இலையை 10 எடுத்து பாலில் போட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டி தேன் 1 டீஸ்பூன் விட்டுப் பருகி வரவும். 20 நாட்கள் தொடர்ந்து செய்து பலன் ஏற்பட்டால் தொடர்ந்து மேலும் 20 நாட்கள் செய்து வரவும். குணம் காணலாம்.

கே: நான் பஞ்சாலையில் வேலை பார்க்கும் தொழிலாளி. வேலை பார்க்கும் பொழுது எனக்கு நிறைய வாய் வழியாகவும் மூக்கு வழியாக வும் பஞ்சு போய்க் கொண்டிருக்கிறது. அடிக்கடி ஜலதோஷம் பிடிக் கிறது. என் வயது 30. இந்த வேலையை விட்டுவிலக முடியாத சூழ் நிலை. பஞ்சாலைகளில் பஞ்சுக்குள் தொடர்ந்து வேலை பார்ப்பவர் களுக்கு க்ஷய ரோக நோய் வரும். என்கிருர்களே? அதேபோல் எனக் கும் க்ஷய ரோகம் வந்திருக்குமோ? பஞ்சினுல் ஏற்படும் தீமையில் இருந்து எப்படி தப்பி ஆரோக்கியமாய் இருக்க முடியும்? தினசரி வாழைப் பழமும் சாப்பிடுகிறேன். என்னைப் போன்ற பல்லாயிரக் கணக்கானவர்களுக்குத் தங்களது மேலான பதில் உதவியாக இருக்கும் என நம்புகிறேன்.

ப: தொழிலாள நண்பரே! பஞ்சு ஆலையில் ஏற்படும் தூசிகள், நாசி, நுரையீரல் போன்ற உறுப்புகளில் சேர்ந்து, கப நோய்களாக உண்டாகக் கூடும். இதனைத் தடுக்க, அன்றுடமோ, கிடைக்கும்போதோ, தூதுவளை, முசுமுசுக்கை, ஆடாதோடை, கண்டங்கத்திரி போன்ற மூலிகைகளை உணவில், துவையல், வறுவலாகச் செய்து சாப்பிட்டுவர, இதனால் வரும் தொல்லைகள் நீங்கும். பதநீர், கரும்புச் சாறு ஆகியவற்றையும் பருகிவர இத்தொல்லைகளிலிருந்து விடுபடலாம்.

கே: டீ தூளுக்குப் பதில் மூலிகை இலைகளைக் காயவைத்து டீதூள் தயாரித்து டீ போட்டுக் குடிப்பதினால் நல்ல சுறுசுறுப்பாகவும் இருப்பதாக ஒருவர் பத்திரிகையில் எழுதியிருந்தார். தினசரி அடிக்கடி டீ குடிப்பவன் நான். டீயினால் கெடுதல் ஏற்படாமல் இருக்கவும், இளமையாகவும் சுறுசுறுப்பாகவும் இருக்க எந்தெந்த மூலிகைகளைப் பயன்படுத்தி டீ தூள் தயாரித்து அருந்தி நலமாய் இருக்கலாம் என்பதைத் தெரிவித்தால் என்னைப் போன்ற பல்லாயிரக்கணக்கானவர்களுக்கு மிகவும் உதவியாக இருக்கும். தூள்தயாரிக்கும் முறையை விளக்கமாகத் தெரிவிக்கவும்.

ப: ஆவரம்பூ (மஞ்சள் நிறமானது), செம்பரத்தம்பூ, சுக்கு ஆகியன சேகரித்து உலர்த்தித் தூள் செய்து வைத்துக்கொண்டு 1 டீஸ்பூன் டிகாஷன் போட்டு பால் தேன் விட்டு காபி போல பருகலாம் உடலுக்கு நலம் விளையும்

கே: திரிபலா பொடியை எப்படி தயாரிப்பது? அதை தினசரி இரவில் ஒரு சிட்டிகை பால் அருந்துவதினால் ஏற்படும் பயன்களைத் தெரிவிக்கவும்.

ப: 'திரிபலா' என்பது நெல்லிக்காய், கடுக்காய், தான்றிக்காய் இம்மூன்றையும் கொட்டை நீக்கி உலர்த்தி பொடி செய்து வைத்துக்கொண்டு, இரவில் $\frac{1}{4}$ டீஸ்பூன் பாலுடன் சாப்பிட்டுவர கண் பார்வை நன்கு தெரியும் மலச்சிக்கல் வராது. நரம்பு மண்டலம் பலம்பெறும். உள் அழற்சிகள் வராது.

கே: 198 -ம் வருடம் ஜனவரி மாதம் மதுரையில் உலகத் தமிழ் மாநாடு நடத்த அரசு திட்டமிட்டிருக்கிறதே? சென்னையில் நடந்த உலகத் தமிழ் மாநாட்டில் தங்களது மூலிகைகளை கண்காட்சியாக வைத்ததுபோல இம் மாநாட்டிலும் அதைவிட சிறப்பாகவும், சிறந்த முறையிலும் ஏற்படுத்தி மூலிகைகளை மற்றவர்கள் மிகவும் நன்றாக தெரிந்து கொள்ள சிறந்த ஏற்பாடு செய்வீர்களா? தாங்கள் இம்

மாநாட்டில் புதுமையாகவும், சிறப்பாகவும் நிறைய செய்ய வேண்டும் என்று தங்களிடத்தில் இருந்து எதிர்பார்க்கிறோம்.

ப: உலகத் தமிழ் மாநாட்டினை நடத்த இருக்கும் தமிழக அரசு, இதுபற்றி நம்மைக் கேட்டுக்கொண்டு, வேண்டிய வசதிகளை அளித்தால் புதுமையாகவும், மூலிகைக் கல்வி பற்றிய அறிவையும், மக்களிடையே பரப்புவதில் எனக்கு எப்போதுமே ஆட்சேபனை இல்லையே! மாநாடு நடத்தும் அரசினர்க்கு இதுபற்றி எழுதுங்கள்.

கே: தங்கள் மகன் திரு. க. வேங்கடேசன் அவர்கள் டெலிவிஷனில் மூலிகைகளின் பயன்களைப் பற்றி வெகு அழகாக-விளக்கமாகப் பேசினார். நேரடியாக சில மூலிகைகளையும் காண்பித்தார். நேரம்தான் போதவில்லை. இவ்வளவு அரிய பயனைத் தரக்கூடிய நிகழ்ச்சியை அதற்கப்புறம் காணவில்லை. பலருக்கும் பயன்படக்கூடிய இந் நிகழ்ச்சியை வாரம் 1 முறை ½ மணி நேரமாவது நடத்துங்கள். எல்லோர்க்கும் பயன்படும்.

ப: மதிப்பிற்குரிய டெலிவிஷன் நிலையத்தார் கவனித்து ஆவன செய்ய வேண்டிய நிகழ்ச்சி. எம்மைப் பொறுத்த வரை, மூலிகைகள் பயனை எப்போதும், யாருக்கும், எந்த நேரத்திலும் விளக்கத் தயாராக உள்ளோம். டெலிவிஷன் நிலையத்தார்க்கு எழுதுங்கள். கவனிப்பார்கள்.

கே: 'அன்னாசிப்பழம்' உடம்புக்கு எவ்விதத்தில் நன்மை அளிக்கின்றது? அன்றாடம் சாப்பிடலாமா?

ப: அன்னாசிப்பழம், வாயுவை அப்புறப்படுத்தி, செரிமான சக்தியை அளிக்கவல்லது. குடலில் ஏற்படக்கூடிய சிறிய கட்டிகளைக் கரைத்து வெளியேற்றும். 'டிப்தீரியா போன்ற சதை வளர்ச்சி நோய்களைத் தீவிரமாக வளர்ப்பதிலிருந்து தடுக்கும். பொதுவாக, பாடகர்கட்கும், சொற்பொழிவாளர்கட்கும் நல்லது. இதயம் கிட்னி போன்ற நோயுடையோர்க்கு இதமளிக்க வல்லது. வாரம் 1 முறை சாப்பிடலாம். கர்ப்பிணிகள் சாப்பிடுவது நன்றன்று.

கே: என் இரத்தத்தில் 'கொலஸ்ட்ரால்' இருப்பதாகவும், இதனால் கொழுப்புச்சத்து இரத்தத்தில் உறைய நேரிடும் என்றும் டாக்டர்கள் கூறுகின்றனர். இயற்கை உணவு முறையில் இதற்குச் சிகிட்சை உள்ளதா?

ப: ஏன் இல்லை. பச்சை வெங்காயம் இரண்டு, காரட் 1, பூண்டு பல் 2 இவற்றைத் துருவல் செய்து பச்சடிபோல் செய்து

(வேக வைக்காமல்) அன்ருடம் 1 வேளை சாப்பிட்டு வாருங்கள். முருங்கைக் கீரையை தேங்காய் சேர்க்காமல் வாரம் இருமுறை உணவில் சேர்த்துண்ணுங்கள் 'கொலஸ்ட்ரால்' குறையும்.

கே: உடலில் தாதபலம் பெற என்போன்ற ஏழைகட்கு எளிமையான மூலிகை கூறுங்களேன்.

ப: காலையில் 2 வெங்காயம், நீராகாரம், பகலில் 2 காரட் பச்சையாகச் சாப்பிட்டு, வாரம் இருமுறை தூதுவளை, முருங்கைக் கீரை அரைககீரை, பசளைக்கீரை ஆகியவற்றைச் சாப்பிட்டு வாருங்கள். தாது பலம் பெறும். எளிமையான கீரைகள்தான். ஆனால் மிக்க வலிமை தரும்.

கே: கணுக்காலில் எக்காரணத்தாலோ வரக்கூடிய வலியுடன் கூடிய வீக்கம் போக என்ன செய்யலாம்?

ப: எலுமிச்சம்பழச்சாறு 2 டீஸ்பூன், தேன் 1 டீஸ்பூன் கலந்து காலை, மாலை இருவேளை பருகி வாருங்கள். ஆரம்ப கட்டத்தில் இருப்பின் வீக்கமும், வலியும் விலகும்.

கே: அன்ருட உணவில் சிக்கனமும், அதே சமயத்தில் சிறப்பான ஊட்டத்தையும் தரக்கூடிய உணவுமுறை ஒன்று கூறுங்களேன்?

ப: வழக்கமான உணவுடன், கீழ்க்கண்டவற்றை சேர்க்கவும். காலையில் நீராகாரம், பகல் உணவில் ஏதாவது ஒரு கீரை, மாலையில் 4 பேரீச்சம்பழம் இரவில் இரண்டு வாழைப்பழம், 1 குவளை பால்--சிக்கனமான, சிறப்பான ஊட்ட உணவைப் பெற, இவை போதுமானது அன்பரே!

முக்கிய அறிவிப்பு

மூலிகை மணி அச்சகத்தில் புதிய அச்சுப் பொறிகள் பொருத்தப் பட்டு வருவதால், கார்த்திகை, மார்கழி இதழ்கள் தாமதமாகி வருகிறது. இம்மாதத்திற்குள் கார்த்திகை+மார்கழி இணைப்பு இதழ்கள் வெளியிடப் படும் தை இதழ் முதல் தாமதமின்றி உரிய நேரத்தில் வெளியிடப் பெறும். தாமதத்திற்குப் பொறுத்தருள்க.

பல அன்பர்களின் சந்தா இந்த இதழுடன் முடிவடைகிறது. உடன் ரூ 9,- M. O. செய்து புதுப்பித்துக் கொள்ளுமாறு வேண்டுகிறோம்.

ஆசிரியர்

பெண்கள் பகுதி

கூந்தல் கறுப்பு ஆகா...?

என்ற பாடலைக் கேட்டவுடன் பல பெண்டிர்க்கு ஓர் ஏக்கம். காரணம், பலருக்கும். கூந்தல் செம்பட்டை நிறமாகவோ அல்லது நரைத்தோ இருப்பதுதான். பெண்டிர்க்கு மட்டுமா? ஆண்களில் பலருக்குத் தலைமுடிப் பிரச்னை தன்மானப் பிரச்னையாகவே உள்ளது. மூலிகை முறைகளில் பல, இப்பிரச்னைத் தீர்க்க வல்லவை. கீழ்க்கண்ட எளிய சில முறைகளைப் பின்பற்றிப் பலன் பெறலாம்.

- கூந்தலில்—தலைமுடியில் அழுக்குச் சேராமல் பாதுகாக்க அன்றுடம் சுத்தமான தேங்காய் எண்ணெய் தடவி வரவும் வாரம் இரு முறை சீயக்காய்—சோறு வடி நீர் கலந்து தலைமுழுகி வரவும்.
- கரிசலாங்கண்ணிச்சாறு, கடுக்காய் ஊறல் நீர், வெந்தயம் ஊறிய நீர் மூன்றையும் கலந்து மாதம் 1 முறை தலையில் தேய்த்து 15 நிமிடம் கழித்துப் பிறகு தலை முழுகி வர, கூந்தல் கருமை நிறமாகும்.
- வெள்ளை மிளகு, வேப்பம் வித்து, சந்தனத்தூள் இம்மூன்றையும் அரைத்து பாலில் கலந்து, மாதம் 1 முறை தலைக்குத் தேய்த்து, 15 நிமிடம் கழித்து தலை முழுகி வர, பேன், பொடுகு ஆகியன நீங்கும்.
- ஈரமான தலையில் எண்ணெய் தடவக் கூடாது எண்ணெய் தேய்க்கும்போது, தலையின் மேல் தோலில் அழுந்தத் தேய்க்க வேண்டும்.
- புழுவெட்டு வழுக்கை போன்ற இடங்களில் வெங்காயத்தை குறுக அரிந்து அந்த இடங்களில் தேய்த்து வரவும்.
- மருதாணி, கரிசாலை, பொன்னுங்கண்ணி ஆகியவற்றுடன், மகிழம்பூ, சந்தனப் பொடி, ‘கிச்சிலிகிழங்கு ஆகியவற்றைப் பொடி செய்து, பால் கலந்து ஊற வைத்து — அதனை, சுத்தமான தேங்காய் எண்ணெய்யுடன் கலந்து காய்ச்சி, பதமாக இறக்கி வடிகட்டி, அதனை அன்றுடம் ‘ஹேர் ஆயில்’ போல உபயோகித்து வர, தலைமுடி பாதுகாப்புடன், அடர்த்தியாகவும், கருமையாகவும் வளரும்.
- உணவில் அடிக்கடி காரட், வெங்காயம், பீட்ரூட், போன்றவற்றையும் பழவகைகளில் பேரீச்சு, திராட்சை, ஆப்பிள் ஆகியன சேர்த்து வருவது கூந்தல் வளர்ச்சிக்கு நல்லது. முருங்கைக் கீரை, அகத்திக் கீரை, பொன்னுங்கண்ணி, கரிசாலை, வல்லாரை கீரைகளையும் வாரம் 1 முறை உணவுடன் சேர்க்கலாம்.

இவற்றைத் தவறாது பின்பற்றி வந்தால் எல்லோரும் உங்களைப் பார்த்து, ‘கூந்தல் கறுப்பு ஆகா....’ என்று பாடுவார்கள்.

தலை முடி கருமைக்கும்—செழுமைக்கும்

அவுரித் தைலம்

(அனுபவம் உணர்த்தும் உண்மை)

ஐயா,

நான் 'அவுரி தைலத்திற்காக' பணம் அனுப்பியிருக்கிறேன். உடனடியாக அனுப்பி வைக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன். கிடைத்த பிறகு இன்னும் இரண்டு ஆர்டர்கள் அனுப்புகிறேன்.

தங்களின் தைலம் மிகவும் அருமையான பலனளிக்கிறது என்பதைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன். உடனடியாக அனுப்பி வைக்கவும்.

S. G. சுந்தரராமன்
9, ராஜாமணி ஐயர் காலனி, அறந்தாங்கி.
P. . 613516 புதுக்கோட்டை ஜில்லா

அன்றாடம் பயன்படுத்தத் தக்க—மணம் கமழும்
100 M.L. அவுரித் தைலம் அஞ்சலில் பெற
ரூ. 14 M.O. மூலம் அனுப்புக. (பொது விற்பனைக்கு இல்லை)

கண் நோய்க்கு மருந்தும் ஆலோசனையும்

நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம்

(அனுபவம் உணர்த்தும் உண்மை)

அன்புடையீர்,

தங்கள் ஆலோசனைப்படி "நேத்திரப் பூண்டு" தைலம் இரண்டு புட்டிகள் உபயோகப்படுத்தியதன் பலனாக என்னுடைய கண் பார்வை செம்மைப்பட்டது. தங்களது மருத்துவத் தொண்டுக்கு நன்றி உங்களுடைய முயற்சிக்கும், சமூகத் தொண்டுக்கும் நீண்ட ஆயுள் வழங்க இறைவனை வேண்டுகிறேன்

J K. Ramani,
Asst. Inspecting Officer, Company Law Board,
Radio House, Rampart Row, Bombay-400 023.

நேரிலும், அஞ்சல் வழி ஆலோசனைக்குப் பின்னும்
கண்ணொளி காக்கும். நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம் பெற.
ரூ. 24-00 M.O. மூலம் 'மூலிகை மணி'
19. அருளாம்பாள் வீதி, சென்னை-600017 எனும்
முகவரிக்கு அனுப்பிப் பெறலாம்.
(பொது விற்பனைக்கு அல்ல)

சித்தர்களில் சிலர்

1. புரவிபாளையம் கோடி சுவாமிகள்

டாக்டர் இரா. மாணிக்கவாசகம்

[இக் கட்டுரைத் தொடரில் 'புரவிபாளையம் கோடி சுவாமிகளைப் பற்றிய' செய்திகள் இவ் விதழுடன் நிறைவெய்துகின்றன. அடுத்த இதழிலிருந்து, 'பூண்டி மகான்' பற்றிய செய்திகளைத் தொடர்ந்து தொகுத்து எழுதுகின்றார், கட்டுரை ஆசிரியர்.]

டாக்டர் சஞ்சீவியின் குணங்களில் ஒன்று உள்ளத்தில் தோன்றுவதை வெளிப்படையாகச் சொல்லிவிடுவது, அவர் எதையுமே பிறரிடம் மூடிமறைக்க முயலுவதில்லை. உள்ளத்தை நிர்வாணமாக வைத்திருப்பதில் வெட்கப்படாதவர். அவரிடம் இருப்பதாக எனக்குத் தோன்றுவது இது! அவரைப் பலர் 'ஒரு மாதிரியாகப் பார்ப்பதற்கு' இது ஒரு காரணமாக இருக்கலாம்.

புரவிபாளையம் கோடி சுவாமிகள்
(புகைப்படம் : க. வே.)

'யதார்த்த வாதி வெகுஜன விரோதி!'

எந்த முடிவையும் ஆராய்ந்து எடுப்பதில் அனுபவம் மிக்கவர் புரவிபாளையம் சுவாமிகளைப் பற்றி அவர்கூறியது 'அவர் ஒரு குழந்தை' — இயல்பால் — உள்ளத்தால்!'

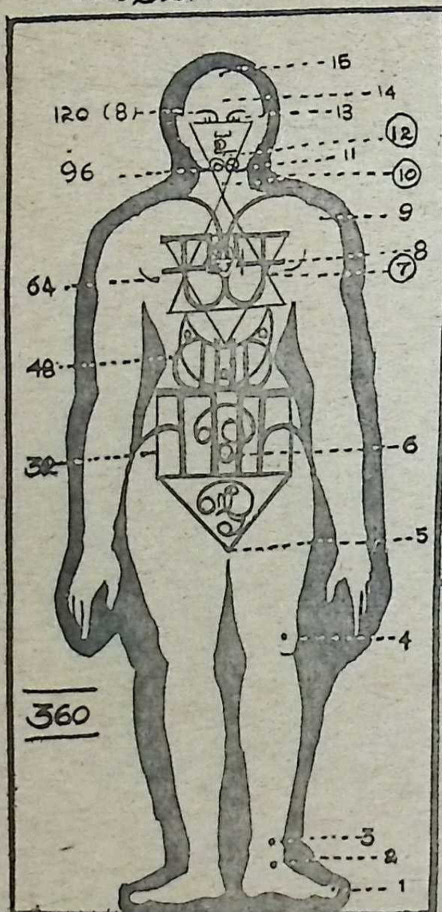
பேராசிரியரிடம் பேசிக்கொண்டிருக்கும் போதுதான் அடுத்து பூண்டி சுவாமிகளைப் பற்றி எழுத வேண்டும் என்ற எண்ணம் விதை யூன்றியது.

(தொடரும்)

‘முப்பு ஆராய்ச்சி’

6-வது கட்டுரை பட விளக்கம்

அமிர்தநிலை விபரம்



1. பிரதமை—பெருவிரல்
2. துதியை—புறந்தாள்
3. திருதியை பரடு
4. சதுர்த்தி—முழந்தாள்
5. பஞ்சமி –அல்குல்
6. சஷ்டி—நாபி
7. சப்தமி—மார்பு
8. அஷ்டமி—ஸ்தனம்
9. நவமி –கைமூலம்
10. தசமி—கழுத்து
11. ஏகாதசி கபோலம்
12. துவாதசி—வாய்
13. திரியோதசி—கண்
14. சதுர்த்தசி—நெற்றி
15. பௌர்ணமி உச்சி

நவ்விரண்டுங் காலதாய் நவின்ற மவ்வயிறதாய்ச்
சிவ்விரண்டு தோளதாய்ச் சிறந்த வவ்வு வாயதாய்
யவ்விரண்டுங் கண்ணதாய் எழுந்து நின்ற நேர்மையிற்
செவ்வை யொத்து நின்றதே சிவாய மஞ்செழுத்துமே.

–சிவ வாக்கியர் 1000ல் 215

'முப்பு' பற்றிய தொடர் கட்டுரை : 7

அமிர்த நிலையும் (விந்து) அதன் ஏற்ற இறக்க விவரம் - I

— நி. மெய்யப்ப சுவாமி —

நம் மானிடப் பஞ்சபூதச் சரீரமாகிய ஆண், பெண், இரு இனங்களும், விந்துவினுள்ளிருந்து கசிந்து வெளிவரும் வஸ்த்துவான நாதம், சுரோணிதப், பூநீர், என்று கூறப்படும் இயற்கை வஸ்த்து உற்பத்தியில்லையெனில் மானிடவர்க்கமே ஜெனனம் கிடையாது. பூநீர் என்று கூறப்படும் சுரோணிதமான வாய்வு கூறினுள் நின்ற பிருதிவி கலைகளே நம் சரீரமெனுங் கருப்பிண்டம். இந்தப் பிருதிவி கலையில் வாய்வு கலைகளதிகமானுல் ஆண் இனமாகவும், அக்கினி கலைகளதிகமானுல் பெண்ணினமாகவும், பிண்டக் கருவான சரீரம் அமையலாயிற்று.

நாதம், விந்து, பூநீர், பிருதிவி, அப்பு, தேயு, வாயு, ஆகாயம் (சரீரத்தில், யாவும் அப்புவாகிய நீரின் தன்மையான வஸ்த்துவாதலால், பிருதிவியாகிய மண்ணில் தோன்றிய வாயு, அக்கினி கலைகள், அப்புவின் தன்மையான சரீரம் குறையக் குறைய, வாயுவு, அக்கினி கலைகளுங்குறைந்து சரீரம் வற்றியவுடன் பிருதிவி கலைகளான சரீரம் பிருதிவியான மண்ணுகிறது. (அழிகிறது) சரீரம் உற்பத்திக்கு மூலபீடமான குண்டலி சத்தியின் வஸ்த்து பூநீர் வாயுவே 'பாட்டன்'. இந்தப் பூநீர் வாயுவு பாட்டனின் மகனே பிருதிவியாகிய பஞ்ச பூதக் கரு உருவின் பிண்டம். இந்தப் பிருதியின் மகனே ஆண், பெண் இரு இனத்தின் வாயு அக்கினி கலைகள் மகன், இம்மகனின் தந்தை பிருதிவி. இந்த பிருதிவியின் தந்தை வாயுவு எனும் பூநீர் 'பாட்டன்.' ஆனதால் வாயுவு அக்கினிகளே பேரனுகிய நம் சரீரம். இதற்குச் சான்று:

திருவள்ளுவர் ஞான வெட்டியான் 1500-ல் 497-வது பாடலில்

ஓங்காரச் சத்தங் குண்டலியே யாகும்
உன்னறியுங் குண்டலி யென்பாட்டனுகும்

ஏன்கிறுர்.

ஆனதால் குண்டலி சத்தி யென்றும், ஓங்காரி யென்றும், றீம் (ங் என்றும் கூறப்படும், பூநீரே பஞ்சபூத சரீரம் பிறப்பதற்கு மூலவித்து குண்டலி சத்தியான ஓங்காரம் உற்பத்தியில்லை யெனில் அல்லது ஓங்காரம் கண் திறக்கவில்லை யெனில் (அவி) காமன் எரியவும் முடியாது சரீரமான கருபிண்ட உற்பத்தியும் இல்லை.

இந்த பூநீர் முப்பு 16 கலைகளுடன் பஞ்ச பூத நிலைகட்கு மேம்பட்ட அதாவது பஞ்ச பூத சரீரம் 10 மாதம் பூநீர் முப்பு 12 மாதம் 16 கலைக ளானதால், இந்த பதினறு கலைகட்கு 2 அகாரம் (2 எட்டு) 2×8=16 இந்தப் பதினறு கலைகளில் பூநீர் எனும் அப்புத் தன்மையான வாயுவு கூட்டமான வஸ்த்து 10 கலைகளானதால், மீதம் 6 (ஆறு) கலைகள் அக்கினியாகப் பிரிந்து நின்றது இந்த 10 கலைகளையுமே சித்தர்கள் அகாரமென்றே கூறுகிறார்கள். ஏனெனில் பூநீர் எனும் வாயுவு வஸ்தே 10 கலைகள் என்ற தசவாயுவின் கலைகளாக அமையப் பெற்றதால், இந்த வாயுவு கூட்டம் மொத்தமாகவுள்ள வஸ்த்துவினுள் நின்ற மண் எனும் பிருதிவி கலைகளே நம் சரீரம் என்பதற்குச் சான்று.

போகர் கல்ப சூத்திரம் 18க்குத் துணையான போகர் கல்ப சூத்திரம் 18-ல் 1-வது பாடலில்

நேசிப்பாய் பத்தான அகாரத்தாலே
நிர்மல மாந்தச வாயு வுண்டாச்சப்பா

என்கிறார்.

இன்னும் திருமூலர் கருக்கிடை வைத்தியம் 600-ல் 13-வது பாடல் பஞ்ச பூத பிண்டோற்பத்தி எனுந் தலைப்பில்

உன்னியக் கெற்பக் குழியாம் வெளியிலே
பன்னிய நாதம் பர்ந்தப் பிருதிவி
வன்னியும் வாயுவு மாயுறுஞ் சுக்கிலம்
மன்னிச் சமனுய் வளர்க்குமு தகமே

என்கிறார்.

—(தொடரும்)

பூண்டி மகான் மறைவு

வடாற்காடு மாவட்டத்தில் உள்ள 'பூண்டி' எனும் கிராமத்தின் வீதியோரம் உள்ள பாழடைந்த திண்ணையில் பலகாலும் உட்கார்ந்த நிலையிலேயே, கடும் தவமியற்றி, தன்னை நாடிவந்தோர்க்கு, நல்லறமும் நல்லறிவும் நல்கி, 'துறவு' எனும் சொல்லுக்கு இலக்கியமாய் காட்சி தந்தருளிய, 'பூண்டி மகான்' அவர்கள் அண்மையில், தம் பூத உடலை நீத்து, ஆன்ம சொருபமாய் எழுந்தருளியுள்ளார்.



கடந்த ஆறுமாதத்திற்த முன்னர் யான் பூண்டிக்குச் சென்று அவரை வண்ணப் புகைப்பட மெடுத்தபோது, பற்றற்ற தம் திருவுருவத்தினை மேற்கண்டவாறு, காட்சி தந்து அருளிய பூண்டி மகானின் வரலாறு, புனிதம் நிறைந்த புகழ் பெற்ற வரலாருகும். பாமரர் முதல் படித்துப் பட்டம் பெற்ற பேராசிரியர்கள் வரை, அனைவரின் சிந்தனையையும் தம் கடும் துறவறத்தால் ஈர்த்து, 'பெரும் புதிராக' விளங்கிய 'பூண்டி மகான்' அவர்களைப் பற்றிய அனுபவ ஆய்வுக் கட்டுரைகளை இனிவரும் இதழ்களில் காணலாம். வாசக அன்பர்கள் அனுபவங்களை "அப்படியே" எழுதி அனுப்புமாறு கேட்டுக்கொள்கிறேன். —க. வே.

பூண்டிச் சாமியார்

வேலூர் மருத்துவர் ஆ இரா, கண்ணப்பர், R.M.P.

[1969-ஆம் ஆண்டு ஆசிரியர் கண்ணப்பர், பூண்டி மகான் அவர்களைத் தரிசித்து வந்தபின் எழுதிய கட்டுரை.]

சித்தர் வரலாறு கண்ட நம் தமிழகத்திலே இன்றும் நம்மிடையேயும் சித்தர்கள் வாழ்ந்து தான் வருகின்றனர். நாம் கண்ணும் கருத்துடனும் ஊன்றிப் பார்த்தால் இது நமக்குப் புலப்படும்.

சித்தர்கள் என்று ஒரு மரபோ, இனமோ, ஜாதியோ கிடையாதென்றே கூறலாம். ஆனபடியால் தான் இவர்கள் நமக்கு எளிதில் அறிமுகம் ஆவதில்லை. அரசியல் துறையில் ஈடுபட்டுள்ள கவர்னர் முதல் அமைச்சர்கள் வரையில் பேட்டி காண வேணுமென்றால் அனுவசியமாக, எளிதில் போய் பேட்டி கண்டு காரியத்தைச் சாதித்து விடலாம். ஆனால் சித்தர்களின் தரிசனம் இருக்கிறதே! அது எல்லோருக்கும் எளிதாகக் கிடைக்கக் கூடியதல்ல! ஆமாம்! இது நிச்சயமாகக் கூறும் வார்த்தை. இதில் அனுபவம் பெற்றவர்களுக்குத் தான் இந்த உண்மை விளங்கும்.

இந்த வகையில் எமது வடாற்காடு மாவட்டம் பல சித்தர்களுக்கு உறைவிடமாக இருந்து பெயர் பெற்றது மட்டுமல்ல— இங்கு குறிப்பிட போகும் 'பூண்டிச் சாமியாரைப்' பற்றி அறிந்து கொள்பவர் அவரை நேரில் தரிசிக்கும் பாக்கியமும் பெறலாம். அவர் இன்றும் நம்மிடையே வாழ்ந்து வரும் சித்தர் ஆவார்.

வேலூரிலிருந்து தெற்கே செல்லும் நெடுஞ்சாலைப் பாதையிலே (வட ஆற்காடு மாவட்டத்தில்) போளூர் என்ற ஊருக்கு மேற்கே கலசபாக்கம் என்று ஒரு கிராமம் உள்ளது. இது அங்குள்ள ஆற்றங்கரைக்கு அடுத்துள்ள கிராமம். மேலே கூறப்பட்ட ஆறும் ஜீவ நதி அல்ல! காட்டாறு போல் மழைக் காலங்களில் மட்டும் வெள்ளமாக தண்ணீர் பெருக்கெடுத்து ஓடும்.

இந்தக் கலசபாக்கத்தின் ஆற்றிலே சுமார் 16 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு காட்டாற்று வெள்ளம் பெருக்கெடுத்து ஓடியது. வெள்ளம்

வடிந்த பின்னர் ஆற்றங்கரையின் ஓரம் மணல் மேடு தென்பட்டது. இம் மணல் மேட்டைச் சமப்படுத்த வேண்டி, ஒருசிலர் மண்வெட்டி கடப் பாறைகளைக் கொண்டு சமப்படுத்தும்போது, சடை முடியுள்ள தலையைக் கண்டனர். அதன் பின்னர் இந்தச் சாமியாரைக் கண்டு, தோண்டி எடுத்துப் பார்த்த போது அவர் உயிரோடு இருப்பதைக் கண்டு ஆச்சரியமடைந்தனர்!

அது முதல் சாமியார் அந்தக் கலசபாக்கத்திலேயே கிராம மக்களுடன் வசித்து வந்தார். அந்தக் கிராமத்து மக்களும் அவரிடம் பேசிப் பழகி அன்புடன் அவருக்குப் பணிவிடை செய்து வந்தனர். பகலில் எல்லாம் அவர் மனம் போன போக்கிலெல்லாம் நடமாடித் திரிவார். இரவில் அவர், தனது அங்க அவயங்களை எல்லாம் அக்கு வேறு ஆணி வேருகப் (தனித் தனியாகப்) பிரித்து சித்து விளையாடு வாராம்! அவர் தங்களுக்கு இன்னும் பலவிதமான சித்து விளையாட்டுக்களை நேரடியாகவே செய்து காண்பித்திருப்பதாக அக்கிராமத்து மக்கள் கூறுகின்றனர்.

இவ்வாறு பத்தாண்டுக் காலம் கலச பாக்கத்தில் கழித்து விட்டு மேற்கே போகும் ரோட்டிலுள்ள பூண்டி என்ற கிராமத்திற்கு ஏகினர். இவருடைய சொந்த ஊர் எது? பெயர் என்ன? எந்தக் காலத்தில் பிறந்தார்? வயது என்ன? இத்தகைய விவரங்கள் ஏதும் யாருக்கும் தெரிந்தில!

பூண்டிக்குச் சென்றவர் மெயின் ரோடிலுள்ள ஒரு வீட்டில் திண்ணையில் உட்கார்ந்து விட்டார்! அன்று உட்கார்ந்தவர் இன்று வரையில் எழுந்து நடமாடியதை அந்த கிராம மக்கள் கூட பார்த்தது கிடையாது! அது முதல் தான் இவருக்குப் "பூண்டிச் சாமியார்" என்ற பெயர் நிலைத்துவிட்டது.

சாதாரணமாக நாம் ஒரு இடத்தில் உட்கார்ந்து விட்டால், சேர்ந்தாற்போல் அரை மணி நேரம் ஒரு நிலையில் உட்கார இயலாது, அப்படியும் இப்படியும் அசைந்து கொடுத்து நிலையை மாற்றி ஓய்வை பெறுகிறோம். ஆனல் பூண்டிச் சாமியாரோ உட்கார்ந்து ஐந்தாண்டுகளுக்கு மேலாகிறது. அவர் எப்படி ஒரு நிலையிலே இருப்பார் என்று சற்று மூளைக்குச் சிந்திக்க அவகாசம் கொடுங்கள்! அவர் கால் விரல் (வலது கால் கட்டை விரல்) நகம் கிளி மூக்கு போல் கீழ் நோக்கி வளர்ந்து விட்டது. விருப்போ, வெறுப்போ அவர் முகத்தில் காண முடியாது. அன்புடன் யார், எதைக்கொடுத்தாலும் வாங்கிக் கொள் வார். மனமிருந்தால் சாப்பிடுவார் இல்லையெனில் அதைத் திண்ணை

யின் பக்கத்திலே வீசி எறிந்துவிடுவார். அந்தப் பண்டங்கள் எத்தனை நாட்கள் இருந்தாலும் அழுகித் துர் நாற்றம் வீசாது. அதன் மேலே ஈ, எறும்புகள் உட்கார மாட்டா. இது அவர் இருக்கும் இடத்தின் விசேஷத் தன்மை! அவர் பார்வை, அவர் பசிக்கும், ருசிக்கும் பருகுகின்ற பான வகைகள் தனக்காக, தன் பசிக்காகத் தான் என்பதை யாராலும் கூற இயலாது. பசி என்று யாரிடமும் இது வரை எதுவும் கேட்டதில்லை என்று அந்த இடத்தில் வாழும் மக்கள் கூறுகின்றனர்.

இதுவரை ஏராளமான மக்கள் அவரைக் கண்டு தரிசனம் செய்துள்ளனர், இன்றளவும் அவரைப் பல்லாயிரக் கணக்கானவர்கள், விளம்பரமின்றி, தரிசனம் செய்தவர்களின் அனுபவத்தைக் கேட்டுச் சென்று பார்த்த வண்ணமாகவே உள்ளனர் என்றால் சித்தர்களின் தரிசனத்திற்குத் தான் எவ்வளவு மகிமை! என் குருநாதர் திருமுருக கிருபானந்தவாரியார் சுவாமிகளும் அடிக்கடிச்சென்று பார்த்து வருவார்.

பீடி, சிகரெட், சுருட்டு, பொடி மற்றும் எந்தவித லாகரி வஸ்துக்கள் காப்பி, டீ, பால், மோர், கலர், சோடா இன்னும் யார், யாருக்கு எந்தப் பொருளில் மிகுந்த பற்று உள்ளதோ? அவைகளை அன்புடன் அவருக்குக் கொடுத்தால் ஆனந்தமாக அதை அவர்களுக்கு எதிரிலேயே குடிப்பார். திடீரென்று, அபூர்வமாக ஒரு வார்த்தையை அசரீரி போல் கூறுவார். அங்கு கூடியுள்ளவர்களில் அதாவது ஒருவருக்கு அந்த வார்த்தை மறைமுக எச்சரிக்கையாகவோ, அல்லது அறிவுரையாகவோ இருக்கும். அந்த இடத்திற்குச் சென்று சாமியாரை தரிசனம் செய்து வருபவர்கட்கு ஒரு மன அமைதி கிடைக்கும் என்பதை மறுப்பவர் எவருமிலர்.

திரளான ஜனங்கள் கூடும் அந்த இடத்தில் சிலரிடத்தில் பேசவும் செய்கின்றார். இப்படி அவருடன் உரையாடும் வாய்ப்பைப் பெற்றவர்கள் மிகுந்த பாக்கியசாலிகளே! மற்றும் சிலர், அவர்களாகவே வலிய பேச வந்தாலும் பேச மாட்டார். கண்களை மட்டும் இப்படியும் அப்படியுமாக அசைப்பார். ஒரு சிலர் பழம், தேங்காய் வைத்து கற்பூர தீபம் கொடுப்பர். மிகுந்த பய பக்தியுடன் கை கட்டி வணங்கி நிற்பார்கள். நல்லது நடக்கும்! என்று ஆசி வழங்குவார். சிலர் கொண்டு வரும் பண்டங்களை தம் வாயைக் காட்டி, அவர்கள் கையாலேயே ஊட்டச் சொல்வார். சிலரிடமிருந்து தம் கையாலேயேயும் வாங்கிக் கொள்வார். சிலரிடம் அவர்கள் கொண்டு வந்த பண்டங்களை கீழே வைத்து விடும்படியும் கூறுவார். ஆனால் அங்கு அர்ப்பணம் செய்த பொருள்களை மீண்டும் எடுத்தால் ஒரே கோபம் வந்து

விடுகின்றது. உடனே எடுத்ததைப் பிடுங்கி அங்கு மலையெனக் குவி ந் துள்ள பொருள்களின் மேல் போட்டு விடுவார்.

இத்தகைய செய்கைகளுக்கு மாருக ஒருசில சம்பவங்களுங்கூட நிகழ்ந்த துண்டு. பெரும் செல்வந்தர் ஒருவர் சொந்தக் காரில், சகல வித பழம், மற்றும் தாம்பூலம், காணிக்கையுடன் சென்று எதிரே வைத்து வணங்கி நின்ருர். உடனே ''சண்டாளா! எடு! எடு! என் முன் நில்லாதே போ, போ!'' என்று கூக்குரலிட்டுக் கூறிஞராம். ஒரு சமயம் அந்த செல்வந்தரே இந்த சம்பவத்தை வருத்தத்தோடு என்னிடம் கூறிஞர். மேலும் விசாரித்ததில், அவர் குடும்பத்தை பற்றிய மர்மத்தை என்னிடம் கூறியபோது பூண்டி சுவாமிகள் கூறிய சண்டாளா என்பதில் எவ்வளவு தீர்க்க தரிசனம் உள்ள தென்பதை உணர்ந்து வியந்தேன்.

கலச பாக்கத்து காட்டாறு மணலில் கண்டெடுத்த பூண்டிச் சாமியார் வருஷம் 365 நாட்களுக்கும் ஒரு வீட்டின் திண்ணையில் அமர்ந்திருந்து தரிசனம் கொடுக்கிருர். அவர் நம்மிடம் பேச வேண்டாம்! எதையும் நம்மிடமிருந்து வாங்க வேண்டாம்! அவர் கண் பார்வை நம் மீது விழுந்தால் போதும்! கடந்த பிறவி, இந்த பிறவி களில் செய்த பாவமெல்லாம் 'சூரியனைக் கண்ட பனி போல்' விலகி விடும். ஆனல் உங்களுக்குப் பிரியமான பொருளைக் கொடுத்து அவர் வாங்கிக் கொண்டு, உங்களிடமும் மனமுவந்துப் பேசினல் நீங்கள் பாக்கியசாலிகளே! இதைத் திடம க, உறுதியாக, நிச்சயமாக நம்பலாம்.

x x x x

குறிப்பு: பூண்டி என்னும் கிராமம் வட ஆற்காடு மாவட்டத்தில், வேலூர் – திருவண்ணுமலை பஸ் ரோட்டில் கலச பாக்கம் என்ற ஊரில் இறங்கி ஆற்றின் ஓரமாக மேற்கே செல்லும் ரோட்டில் மூன்று கல் தொலைவில் உள்ளது. ஆன்ம சொருபமாய் மறைந்துள்ள 'பூண்டிச் சாமியார்' சமாதியினை வாசக அன்பர்கள் தரிசித்து இன்புறலாம்.

கருத்து மலர்கள் :

புத்தக நினைவட்டை - ஏடுகாட்டி (Book-Marker)

பேராசிரியர் டாக்டர் ந. சஞ்சீவி.

ஆண்டுதோறும் நாடு முழுதும் கொண்டாடப்படும் நூலக வாரத்தை ஒட்டி ஒரு கருத்து. நம் நாட்டில் அறிவுப் புரட்சி / அறிவு வளர்ச்சியே - அனைத்துப் புரட்சி/வளர்ச்சிக்கும் அடிப் படை என்பது அனைவராலும் உணரப்பட வேண்டிய ஒன்று. இதன் காரணமாக எப்படி எப்படி யெல்லாம் நூலக உணர்வை மக்கள் உள்ளத்தில் உண்டு பண்ண வேண்டும்? திருமணம், ஆண்டு நிறைவு, மஞ்சள் நீராட்டு, முதலாண்டு நிறைவு, மணிவிழா முதலிய நிகழ்ச்சிகளில் நல்ல புத்தகங்களைத் தேர்ந் தெடுத்து அன்பளிப்புகளாகத் தருதல் தகும்! பெரும் பயன் தரும். அத்துடனே தனியாகவோ எளிய அன்பளிப்புகளாகப் புத்தக நினைவட்டைகளை - **நூலட்டைகளைப்** படித்த இடத்தை நினை வூட்டும் அட்டைகளைப் - பக்க நினைவு அட்டைகளை - குறைந்த விலையில் பற்பல வகைகளில் அழகாகவும் அதிகமாகவும் அச் சிட்டு **அனைவருக்கும்** வழங்கலாம். இதனால் **பலரும்** பயன் பெறுவர்; பலர் மனதிலும் அந்த நிகழ்ச்சி பதிவு பெற்றிருக்கும். தக்கவர் கருத்துக்களையோ, நெடுங்காலத்திற்கு நிலைபெற்றிருக்கக் கூடிய தன்னுடைய அனுபவ மொழிகளையோ பொறிக்கலாம். இன்னார் அன்பளிப்பு என்பதையும் மறவாமல் குறிக்கலாம் - பின்வருமாறு :

நினைவட்டையின் முன்பக்கம்

> அகர முதல எழுத்தெல்லாம் - ஆதி
> பகவன் முதற்றே உலகு
>
> —திருக்குறள், 1.

நினைவட்டையின் பின் பக்கம்

> செல்வி கற்பூரம் — கற்கண்டு திருமண விழா
> 14—11—78
> அன்பளிப்பு : திருமதி + திரு. கரும்பாயிரம்

தேன் துளிகள்

ஃ எல்லா பருவகாலத்திலும் எல்லா வயதினருக்கும் எந்த நேரத்திலும் உடல் நலனுக்கு ஊறு விளைவிக்காத முழுமையான ஊட்ட உணவு தேன்.

ஃ திறந்து வைக்கப்பட்ட தேன் ஜாடியில் விழும் எறும்பு, ஈக்கள் முதலியனவும் பலவகையான நுண்ணுயிர்களும் கூட விழுந்த இரண்டு மணி நேரத்திற்குள் இறந்துவிடும். இதனால் தேனின் சத்துத் தன்மை குறைவதில்லை.

ஃ எகிப்திய நாட்டின் பிரமிடு ஒன்றினை இடித்துப் பார்த்தபோது அதில் தேன் ஜாடிகள் பல புதைத்து வைக்கப்பட்டிருந்தன. அந்த தேன் 3,300 வருடமாகியிருக்கலாம் என்று கருதப்படுகிறது. காலப் போக்கில் அந்தத்தேன் நிறம்மாறி இருப்பினும்கூட சுவை குன்றாமலும் தன்மை மாறாமலும் இருந்ததாம்.

ஃ ஒரு டீஸ்பூன் தேன் சேகரிக்க ஒரு தேனீ 2000 பூக்களிடமிருந்து சேகரிக்க வேண்டியிருக்கும்.

ஃ 1 பவுண்ட் தேன் சேகரிக்க 37,000 தேனீக்களின் உழைப்பு தேவை மொத்தம் உலகத்தின் சுற்றளவைப் போல் 2 முறை சுற்றி 1 பவுண்ட் தேன் சேகரிக்கின்றன

ஃ கரும்பின் சுவையைவிட சுத்தமான நல்ல தேன் இருமடங்கு சுவையுள்ளது. வேப்பம் பூவிலிருந்து சேகரிக்கப்படும் தேன் கொஞ்சம் கசப்புடையதாக இருப்பினும் சிறந்த மருத்துவப் பயனுடையது.

ஃ தேன் நீண்டநாள் வைத்திருப்பின் நெய் போல கட்டி விடுவதும் உண்டு. நல்ல தேன் கட்டிவிடும்.

ஃ 10 தேக்கரண்டி தேனிலிருந்து கிடைக்கும் ஊட்டச்சத்து 1.15 லிட்டர் பாலிலிருந்து கிடைக்கும் அல்லது 330 கிராம் மாமிசத்திலிருந்து கிடைக்கும் சக்திக்குப், அல்லது 10 முட்டையிலிருந்து கிடைக்கும் சக்திக்கும் ஈடானது.

ஃ 21 கிராம் எடையுள்ள தேனிலிருந்து 67 கலோரி சத்து கிடைக்கிறது. நோயாளிகளுக்கு நல்ல சத்தும்; நோயிலிருந்து விரைவில் நிவாரணம் அளிப்பதும் தேன் ஒன்றுதான்.

ஃ சர்க்கரை வியாதி உள்ளவர்கள் கூட தேனை தாராளமாக பயன்படுத்தலாம்.

ஃ அண்மையில் பிரிட்டனில் நடந்த ஆய்வு ஒன்றின் மூலம் தேன் 'ஹார்ட்அட்டாக்கின்' எதிரிஎன்று அறிவிக்கப்பட்டது. சர்க்கரை தான் மனிதனுடைய உடல் நலனுக்கு ஊறுவிளைவிக்கக் கூடியது. அதனுல் சகலவிதமான ஊட்டச் சத்துக்களும், உயிர்ச் சத்துக்களும் நிறைந்த தேனை எல்லா வயதினரும் எல்லா பருவக் காலத்திலும் பயன் படுத்திப் பயனடையலாம்.

ஃ வெறும் வயிற்றில் 1 குவளை பாலில் 2 ஸ்பூன் தேன் கலந்து சாப்பிட்டால் ஜீரண உறுப்புகள் பலம் பெறும், நரம்பு வலிமை பெறும்.

ஃ தேன் மலத்தை இளக்கும் நல்ல தூக்கம் வரவழைக்கும். தேன், தான் கெடாதது மட்டுமல்ல; மற்ற பொருள்களையும் கெடாமல் (Preservative) பார்த்துக் கொள்ளும்.

ஃ தேன், விக்கல் இருமல், ஜுரம், சளித் தொல்லை இவைகளி லிருந்து விடுதலை அளிக்கிறது.

ஃ மது மயக்கத்திலிருப்பவன் தேன் உட்கொண்டால் மது மயக்கம் சீக்கிரம் தெளிந்துவிடும்.

ஃ சித்த மருத்துவத்திலும்; ஆயுர்வேத மருந்துகளிலும், நவீன மருந்துகளில் இருமல் மருந்துகளிலும் பயன்படுத்தப்படும் தேன் இனி உங்கள் சாப்பாட்டு மேஜை மேல் எப்பொழுதும் இருக்கட்டும். தோசை, இட்லி, ரொட்டி இவை தொட்டு சாப்பிட்டால், நன்ருக இருக்கும்.

ஃ நலிவு பெற்ற நமது உடலும் உள்பாகங்களும் மீண்டும் வலிவு பெற நாடுவீர் நல்ல தேனை!

ஆங்கில மூலம்: தீரேந்திர குமார் தீட்சித் (The Imprint May 78)

தமிழாக்கம்: ருக்மணி வேங்கடேசன்.

தாவரங்களுக்கு காந்த சக்தி

தொகுப்பு: T. L. சுப்பிரமணியன்

இயற்கையில் இருந்து வரும் காந்தமே விவசாயத்திற்கு போதுமானது அல்ல. இயற்கையிலேயே உலகம் முழுவதும் காந்த சக்தி வியாபித்துள்ளது. ஆகாயத்திலும் பூமியிலும் எப்பொழுதும் காந்த சக்தி இருந்து வருகிறது என்பதை அனைவரும் அறிய வேண்டும்.

ஆகாயத்தில் காந்த சக்தி எப்படியுள்ளது என்பதை கவனிப்போம். ஆகாயத்தில் மின்னலும்; இடியும் அதிகமாய் உள்ள வருடங்களில் காடுகளிலும் மலைகளிலும் உள்ள மூங்கில் மரங்கள் பூத்துக் காய்க்கின்றன என்று பெரியோர்கள் சொல்லுவார்கள். அப்பொழுது தாழை மரம் ஏராளமாகப் புஷ்பங்களைக் கொடுக்கின்றன. இதற்குக் காரணம் என்ன? இடிமின்னலினால் உண்டாகும் காந்த சக்தி ஆகாயத்தில் பரவிச் செடிகளுக்குச் சக்தியை ஊட்டி அவைகளைப் புஷ்பிக்கும்படி செய்கின்றது.

பயன்

காந்த சக்தியானது தாவர வர்க்கங்களுக்கு உயிர் ஊட்டுவதோடு, அவைகளின் வளர்ச்சிக்கும் மலர்ச்சிக்கும் இன்றியமையாதது. ஆகாயத்தில் பரவியிருக்கும் இச்சக்தியானது பிரம்மாண்டமாகிய இப் பூமண்டலத்திலும் பரவிப் பல விநோதமான செய்கைகளுக்கும் காரணமாயிருப்பது என்பதை நிரூபிக்கப்பட்டு வருகிறது. இது வேதத்தின் மூலமாகவும் நம் முன்னோரால் விளக்கப்பட்ட உண்மை.

தற்காலத்தில்

ஆகாயத்தில் காந்த சக்தியானது ரேடியோ நிலையங்களில் இக்காந்த சக்தியை உற்பத்தி செய்து காற்றில் விடுகிறார்கள். அந்த சக்தியை ஆகாயத்தில் விடுகையில் பாட்டுகள், பேச்சுகள் முதலிய சப்தங்கள் அதில் கலந்து வெளிப்படுகின்றன. இச் சக்தியானது நம் வீட்டிலுள்ள ரேடியோ பெட்டியானது இழுத்து சங்கீதங்களாகவும், பேச்சுக்களாகவும் நாம் கேட்கும்படி முடிகிறது. இதிலிருந்து ஆகாயத்தில் காந்த சக்தி பரவி உள்ளதென்பது தெளிவு.

மரங்களுக்கு சிகிச்சை செய்ய இரும்புக் கம்பிகளே போதுமானவை· இரும்புக் கம்பிகளுக்கு ஆக்ரஷண சக்தி அதிகம். தாமிரக் கம்பிகளுக்கு அந்தச் சக்தியை ஒரு விநாடியில் லக்ஷக்கணக்கான மைல்களுக்கு நடப்பித்துக் கொண்டு போகும் இயற்கை சக்தி அதிகம்.

விவசாயத்திற்கு இரும்புக் கம்பிகளே இவ்விரு வேலைகளையும் செய்து கொள்ளப்போதுமானது. அதாவது ஆகாயத்திலிருந்தோ அல்லது பூமியிலிருந்தோ சக்தியை ஆக்ரஷிப்பது ஒன்று. அந்த சக்தியை எல்லா இடத்திற்கும் எடுத்துச் செல்வது, இரண்டாவது, விலையிலும் இரும்பை விட நயமானது வேறில்லை.

செடியின் அடிப்பாகம் ஒரு அங்குலத்திற்குள் இருந்தால் அவைகளுக்கு சாதாரண மெல்லிய இரும்புக்கம்பிகள் போதும். கம்பியின் ஒரு நுனியை வேரில் புதைத்துவிட்டுச் செடியின் அடிப்பாகத்தில் 2 அங்குலம் மண் எடுத்து பின்பு செடியின் அடியிலிருந்து கம்பியைச் சுற்றிக் கொண்டே மேல் பாகத்தில் கொண்டு வந்து விட்டுவிடவும். பிறகு செடியின் அடிப்பாகத்தில் செடியைச் சுற்றி மண்ணைப் போட்டு மூடவும்.

மரத்தின் அடிப்பாகத்திற்கு இந்த வகையான கம்பி பயன்படாது. கோழிக் கூண்டு கட்டவும், ஜன்னல் மூடவும், டென்னிஸ் பந்து ஆடுமிடத்தில் பந்து வெளியேபோகாமல் இருக்கவும் உபயோகிக்கும் வலைக் கம்பிகளே இதற்கு ஏற்றது.

1) முதலில் வேர் தெரியும்படி மரத்தைச்சுற்றிலும் உள்ள மண்ணை எடுத்துவிட வேண்டும். பின்பு பக்க வேர்களை அணைத்தாற்போல் மரத்தைச் சுற்றிக் கம்பியைக் கட்டிவிடவும். மரத்தின் சுற்றளவைவிட அதிகமாகவே மற்றொரு சுற்று கட்டிவைத்தால் மரத்தின் அடிப்பாகம் பெருகப்பெருக்கக் கம்பி நெகிழ்ந்து அகண்டுவரும்.

2) கம்பியை அழுத்தமாகக் கட்டக் கூடாது. கட்டினால் வளர்ச்சி பாதிக்கப்படும்.

3) கம்பி நகராமல் இருக்க வேண்டிய அளவு அதை ஒரு நாரினால் கட்டினால் போதும். பிறகு மரத்தைச் சுற்றி மண் போட்டு மூட வேண்டும்.

செய்ய வேண்டியது இவ்வளவே!

இரவும் பகலும் இந்த இரும்பு வலைக்கம்பி ஆகாயத்திலும் பூமியிலும் உள்ள காந்த சக்தியையும் ஆக்ரஷித்துச் செடிக்கு வேண்டிய அளவில் ஊட்டிவிடும்.

இந்த முறையினால் உண்டாகும் நன்மைகள் பல. சோர்ந்து வளரும் மரங்களுக்குச் சுறுசுறுப்பு உண்டாக்கும். சாதாரணமாய் வளரும் மரத்தைவிட வீர்யமாகவும் பருமனாகவும் செழிப்பாயும் வளருவதோடல்லாமல் மகசூல் அநேகமடங்கு அதிகரிக்கும். செடியின் இயற்கை குணத்தை மேன்மையாய் எடுத்துக் காட்டும். செடிகளை நோய்கள் இல்லாமல் காப்பாற்றலாம். ஆயுளை விருத்தி செய்யும்.

கம்பி கட்டியபின் அடுத்த பருவத்திலோ, அடுத்த ஆண்டிலோ தான் வித்தியாசங்கள் தெரிய ஆரம்பிக்கும். இப்புதுமுறையில் காணப்படும் பலன்கள் வெகுவினோதமானவை. இதுவரையில் விவசாயக் கல்லூரிகளில் போதிக்கப்பட்டுவரும் பல கோட்பாடுகளை இது புறக்கணிக்கிறது.

ரஷ்யா தேசத்து ,தத்துவ ஞானிகளில் குர்விச் என்பவர் கிழங்குப் பயிர்கள் ஒருவிதமான (Ultra Violet Ray) காந்த சக்தியை உண்டு ம்ண்ணுகின்றன என்பதைக் கண்டுபிடித்தார். கிழங்குப் பயிர்களில் முக்கியமாக வெங்காயத்தில் இந்த சக்தி பெருத்த அளவில் உற்பத்தியாகின்றது. பெரிய பெல்லாரி வெங்காயக் கிழங்குகளைவிடச் சிறிய கார் வெங்காயம் எனப்படும் சாம்பார் வெங்காயம் மிகச் சிறந்தது.

முறை 1

பூமியிலிருந்து பிடுங்கி எடுத்த 24 மணி நேரம் வரையில் இந்த சக்தி பாய்ந்து கொண்டே இருக்கும். ஆகையால் பூமியிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட பின்னர் எவ்வளவுக் கெவ்வளவு சீக்கிரம் ஜலத்தில் போட்டு ஊறவைக்கப்படுகிறதோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு அந்த ஜலம் அதிக சக்தி வாய்ந்ததாகும்.

பூமியிலிருந்து செடியைப் பியங்கியதும் தழைகளை ஒடித்துவிட்டுக் கிழங்கின் அடிப்பாகத்தில் கிளைத்திருக்கும் நுண்ணிய சிறிய வேர்களையும் அவற்றில் காணப்படும் மயிர்க்கால்களையும் ஜாக்கிரதையாய் மண்ணில்லாமல் சுத்தம் செய்து மண் பாண்டத்தில் அல்லது கண்ணாடி பாத்திரத்தில் சுத்தமான ஜலத்தில் ஊறப்போட வேண்டும். வேர்களுடன் கூடிய கிழங்குகள் ஒரு படி இருந்தால் 100 படி ஜலம் பிடிக்கும் பானையில் ஊறவைக்கவும். ஜலத்தில் இப்படி மாற்றப்பட்ட காந்த சக்தியானது தாவரங்களுக்கும் இன்னும் மற்ற எல்லா ஜந்துக்களுக்கும் ஒப்பற்ற நன்மையை விளைவிக்கின்றது.

இந்துமத கொள்கைகளில் நம்பிக்கை வைத்துப் பின்பற்றி வரும் குடும்பங்களில் பக்தியுடன் தன் வீட்டில் வளர்த்து வரும் துளசிச் செடி வாட ஆரம்பித்தால் அது ஒரு அபசகுனம் என்று கருதுவார்கள். இதனைத் தடுக்க துளசிச் செடியின் அருகே சுற்றிலும் வெங்காயம் நட்டு விருத்தி செய்து வருவார்கள். வெங்காயச் செடியின் வேர்களினின்று வெளியாகும் காந்த சக்தி துளசிச் செடிக்குப் புத்துயிர் கொடுத்துப் பலப்படுத்துகிறது. இதுதான் அடிப்படைத் தத்துவம்.

விதைப்பதற்கு முன்

விதை விதைப்பதற்குமுன் வெங்காயம் ஊறிய ஜலத்தில் விதைகளை ஊறவைத்து விதைப்பதால் பயிர்கள் வீர்யமாய் கிளம்பி ஓங்கி வளர்ந்து அதிகம் பலன்தரும்.

பயிர்களுக்கு வெங்காய பாத்திகள் மூலமாகவும் காந்த சக்தியைக் கொடுக்கலாம். பத்திற்குப் பத்தடி விஸ்தீரமுள்ள வெங்காயப் பாத்திகள் வழியே கவலைத் தண்ணீரைச் செல்லும்படி செய்து அந்த ஜலத்தை மற்றப் பயிர்களுக்கு ஒரு ஏக்கருக்கு பாயும்படி செய்யலாமென இவ் விஷயத்தில் ஆராய்ச்சி செய்த Dr. Misra தெரிவித்திருக்கிறார்.

மேற்படி முறையில் காந்த சிகிச்சை செய்து வருவோமேயானால் அதிகமான மகசூலை நாம் பயிர்களிடமிருந்து எதிர்பார்க்கலாம்.

தென்னை

தென்னைக்கு தென்னை மரத்தின் இலைகளும், உரிமட்டைகளை எரித்த சாம்பலும் மிகச் சிறந்த உரமாகும். ஒரு தென்னை மரத்திற்கு ஒரு ஆண்டிற்கு 20 கிலோ சாம்பல் தேவைப்படுகிறது.

தென்னைக்கு சாம்பல் சத்து போன்றே மக்கிப்போன சாணம், தழை எருக்கள் ஏற்ற உரங்களாகும். ஒவ்வொரு மரத்திற்கும் 6 கூடை மட்கிய சாண எருவை ஒரு ஆண்டுக்கு ஒருமுறை போடலாம். அடி மரத்தைச் சுற்றி 4 அடி ஆழத்தில் பள்ளம் வெட்டி, அதில் எருவைப் போட்டு மூடிவிட்டால்போதும். எருவை எப்பொழுதும் மழைக்காலத்திற்குப் பிறகே போடவேண்டும். இல்லையேல் எருவின் பெரும் பகுதி மழையில் கரைந்துவிடும்.

ஒவ்வொரு தென்னை மரத்திற்கும் 100 இராத்தல் தழை உரம் போட வேண்டும். சணப்பு, கொளுஞ்சி, கலப்புக் கோணியம், கிலுகிலுப்பை முதலியவற்றை தென்னந்தோப்பில் வளர்த்து எருவாகப் போடலாம்.

Regd. No. 8354 Mooligai Mani



" தலைமுறை தோறும் பயன்படும் ஒப்பற்ற மூலிகை மருத்துவ நூல்கள் "

மூலிகை மணி கண்ணப்பரின்
கீழ்க்கண்ட ஆய்வு நூல்கள்

ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் இன்றியமையாது இருக்க வேண்டிய இணையற்ற நூல்கள். பட விளக்கங்களும், பயன் முறைகளும் நிறைந்தவை.

1. நம் நாட்டு மூலிகைகள்
   1 முதல் 7 பாகங்கள் — 1 செட் விலை ரூ. 49
   (ஒவ்வொரு பாகமும் விலை ரூ. 7)
2. நோயும் - மருந்தும்
   4 பாகங்கள் — 1 செட் ரூ. 8
3. பயன் தரும் பத்துக் கீரைகள் — ரூ. 1
4. ஆய்வு நோக்கில் நாட்டுப்புற மருத்துவர் — ரூ. 7
5. அன்றாட வாழ்வில் மூலிகைகள் — ரூ. 3
6. புதிய பார்வையில் சித்த மருத்துவம் — ரூ. 9

நூலின் விலையை மட்டும் அனுப்புங்கள் எமது அஞ்சல் செலவில் புத்தகங்களை அனுப்புகின்றோம்,

முகவரி : ஆ. இரா. கண்ணப்பர் R.M.P.
19, அருளாம்பாள் தெரு, தி. நகர்,
சென்னை-600017 அஞ்சல் பெட்டி எண் : 1408.

Printed by K. Babu, D.M.E. at Mooligai Mani Press, Madras-600 030
Edited & Published Dr. A. R. Kannappar, R.M.P., 19, Arulambal St., T. Nagar. Madras-600 017.